

I - Mục tiêu

- Hiểu rõ cơ sở khoa học của hô hấp nhân tạo.
- Nắm được trình tự các bước tiến hành hô hấp nhân tạo.
- Biết phương pháp hà hơi thổi ngạt và phương pháp ấn lồng ngực.

II - Phương tiện dạy học

- Chiếu cá nhân
- Gối bông cá nhân
- Gạc (cứu thương) hoặc mảnh vải có kích thước 40 × 40cm

III - Nội dung và cách tiến hành

Trình tự các bước cấp cứu :

Bước 1 : Căn loại bỏ các nguyên nhân làm gián đoạn hô hấp

- Trường hợp chết đuối : loại bỏ nước khỏi phổi bằng cách vừa công nạn nhân (ở tư thế dốc ngược đầu) vừa chạy.
- Trường hợp điện giật : tìm vị trí cầu dao hay công tắc điện để ngắt dòng điện.
- Trường hợp bị lâm vào môi trường thiếu khí để thở hay môi trường có nhiều khí độc : khiêng nạn nhân ra khỏi khu vực đó.

Bước 2 : Tiến hành hô hấp nhân tạo cho nạn nhân. Có 2 phương pháp hô hấp nhân tạo thường được áp dụng.

1. Phương pháp hà hơi thổi ngạt (hình 23-1)



Hình 23-1. Hà hơi thổi ngạt

- Đặt nạn nhân nằm ngửa, đầu ngửa ra phía sau.
- Bịt mũi nạn nhân bằng 2 ngón tay.
- Tự hít một hơi đầy lồng ngực rồi ghé môi sát miệng nạn nhân và thổi hết sức vào phổi nạn nhân, không để không khí thoát ra ngoài chỗ tiếp xúc với miệng.
- Ngừng thổi để hít vào rồi lại thổi tiếp.
- Thổi liên tục với 12 - 20 lần/phút cho tới khi quá trình tự hô hấp của nạn nhân được ổn định bình thường.

Lưu ý :

- + Nếu miệng nạn nhân bị cứng khó mở, có thể dùng tay bịt miệng và thổi vào mũi.
- + Nếu tim nạn nhân đồng thời ngừng đập, có thể vừa thổi ngắt vừa xoa bóp tim (hình 23-2).



Hình 23-2. Xoa bóp tim

2. Phương pháp ấn lồng ngực

- Đặt nạn nhân nằm ngửa, dưới lưng kê cao bằng một gối mềm để đầu hơi ngửa ra phía sau.
- Cầm nơi 2 cẳng tay hay cổ tay nạn nhân và dùng sức nặng cơ thể ép vào ngực nạn nhân cho không khí trong phổi bị ép ra ngoài (khoảng 200ml), sau đó dang tay nạn nhân đưa về phía đầu nạn nhân.
- Thực hiện liên tục như thế với 12 - 20 lần/phút, cho tới khi sự hô hấp tự động của nạn nhân ổn định bình thường.

- Lưu ý :
 - + Có thể đặt nạn nhân nằm sấp, đầu hơi nghiêng sang một bên.
 - + Dùng 2 tay và sức nặng thân thể ấn vào phần ngực dưới (phía lưng) nạn nhân theo từng nhịp.
 - + Cùng thực hiện khoảng 12 - 20 nhịp/phút như tư thế nằm ngửa.

Tập hô hấp nhân tạo từng nhóm 3 người theo cả 2 phương pháp.

IV - Thu hoạch

* Kiến thức :

- So sánh để chỉ ra điểm giống nhau và khác nhau trong các tình huống chủ yếu cần được hô hấp nhân tạo.
- Trong thực tế cuộc sống, em đã gặp trường hợp nào bị ngừng thở đột ngột và được hô hấp nhân tạo chưa ? Thử nhớ lại xem lúc đó nạn nhân ở trạng thái như thế nào ?
- So sánh để chỉ ra điểm giống nhau và khác nhau giữa hai phương pháp hô hấp nhân tạo.

* Kỹ năng : Điền vào ô trống trong bảng 23 bằng những câu thích hợp.

Bảng 23. Các thao tác cấp cứu hô hấp

Các kỹ năng	Các thao tác	Thời gian
Hà hơi thổi ngạt		
Ấn lồng ngực		